



JOACHIM BAUER

PIPER

DAS GEDÄCHTNIS DES KÖRPERS

Wie Beziehungen
und Lebensstile
unsere Gene steuern

Aktualisierte und
erweiterte Ausgabe

Joachim Bauer
Das Gedächtnis des Körpers

PIPER

Zu diesem Buch

Es ist die vielleicht bedeutendste Erkenntnis der neueren Hirnforschung: Unser Gehirn verändert sich durch das, was wir in zwischenmenschlichen Beziehungen erleben. Dieses Buch zeigt, was dies für unseren Alltag bedeutet. Beziehungserfahrungen und Lebensstile hinterlassen einen »Fingerabdruck« in den biologischen Abläufen unseres Körpers. Der Grund: Gene steuern nicht nur, ihre Aktivität wird umgekehrt auch selbst gesteuert. Das Buch dokumentiert, wie dies geschieht. Auf spannende Weise wird erklärt, warum wir gute Beziehungen brauchen, was Gewalterfahrungen im Leben eines Menschen bedeuten, aber auch, welche Folgen fehlende Zuwendung und hoher Medienkonsum für Kinder haben können. Pointiert und verständlich erklärt Joachim Bauer, welche Perspektiven sich für ein neues, erweitertes Verständnis gesundheitlicher Störungen ergeben und wo die Chancen psychotherapeutischer Hilfestellung liegen.

Joachim Bauer, geboren 1951, war nach dem Medizinstudium in der molekularbiologischen Forschung tätig. Heute arbeitet er als Internist, Psychiater und Facharzt für Psychotherapeutische Medizin am Universitätsklinikum Freiburg, wo er als Professor und Oberarzt in der Abteilung Psychosomatische Medizin tätig ist.

Joachim Bauer

DAS GEDÄCHTNIS DES KÖRPERS

Wie Beziehungen und Lebensstile
unsere Gene steuern

Aktualisierte und erweiterte Ausgabe

Piper München Zürich

Mehr über unsere Autoren und Bücher:
www.piper.de



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C083411

Ungekürzte Taschenbuchausgabe

September 2004 (TB 24179)

1. Auflage Mai 2013

2. Auflage Dezember 2013

© 2002 Eichborn AG, Frankfurt am Main

Umschlaggestaltung: semper smile, München

Umschlagabbildung: Getty Images/Ralph Mercer/Stone

Papier: Munken Print von Arctic Paper Munkedals AB, Schweden

Druck und Bindung: CPI – Clausen & Bosse, Leck

Printed in Germany ISBN 978-3-492-30185-5